

EXAMENSARBETE
Hösten 2006
Lärarytbildningen

**Likvärdig undervisning i ämnet idrott
och hälsa?**

En jämförelse av två klasser i skolår 5

Författare
Henrik Roth
Johan Lärka

Handledare
Mariann Persson

www.hkr.se

Likvärdig undervisning i ämnet idrott och hälsa? En jämförelse av två klasser i skolår 5

Läraryrket, Högskolan Kristianstad 2006
Henrik Roth och Johan Lärka

Abstract

Uppsatsen handlar om hur likvärdig undervisning i idrott och hälsa som eleverna i två femteklasser kan ha fått under sina första skolår och deras förutsättningar att nå uppnåendelmålen. 58 elever deltog i undersökningen som bestod av enkät- och observationsstudier. Undersökningen behandlar elevernas inställning till, färdigheter i och kunskaper om ämnet idrott och hälsa. Eleverna på skola A undervisas av sin klasslärare medan eleverna på skola B har en lärare med kompetens i ämnet idrott och hälsa. Syftet är att jämföra om eleverna får möjlighet till en likvärdig utbildning inom ämnet. Av resultatet framgår att eleverna med en lärare som har kompetens i ämnet har bättre förutsättningar att lyckas i idrott och hälsa. Det området som skiljer sig mest mellan de två klasserna är de motoriska färdigheterna. Av resultatet framgår det att en slutsats som kan dras är den att en lärare med kompetens inom ämnet idrott och hälsa kan erbjuda sina elever en bättre och mer varierad undervisning i ämnet.

Ämnesord: Idrott och hälsa, skola, motorik, lärare, likvärdig utbildning

Innehållsförteckning

| | |
|--|----|
| 1. Introduktion | 6 |
| 1.1 Inledning..... | 6 |
| 1.2 Uppsatsens syfte och frågeställningar | 6 |
| 1.3 Uppsatsens disposition | 7 |
| 2. Teorier kopplade till problemområdet..... | 8 |
| 2.1.1 Intentioner inom ämnet idrott och hälsa i skolan enligt Lpo94 och kursplanen | 8 |
| 2.1.2 Rätten till en likvärdig utbildning | 10 |
| 2.2 Motorikens betydelse för eleverna i skolan..... | 11 |
| 2.2.1 Vad innebär begreppet motorik? | 11 |
| 2.2.2 Balansens betydelse för skolarbetet | 14 |
| 2.2.3 Koordinationens påverkan på skolarbetet | 15 |
| 2.2.4 Kasta och fånga, vad krävs för att behärska det? | 16 |
| 2.3 Idrottslärares roll i elevers idrottsundervisning..... | 16 |
| 2.4 Uttalanden om elevers kunskaper inom simning | 18 |
| 2.5 Barns idrottsutövande på fritiden | 18 |
| 3. Undersökningens upplägg och genomförande | 19 |
| 3.1 Metodval och undersökningens uppläggning..... | 19 |
| 3.2 Pilotundersökning..... | 19 |
| 3.3 Etiska överväganden innan genomförandet | 20 |
| 3.4 Urvalsförfarande och undersökningsgrupp | 20 |
| 3.5 Enkätstudien i klassrummet | 21 |
| 3.6 Observationsstudien i idrottshallen | 21 |
| 3.6.1 Balansstationens upplägg | 21 |
| 3.6.2 Elevernas koordination..... | 21 |
| 3.6.3 Test av elevernas färdigheter inom området kasta och fånga | 22 |
| 3.6.4 Genomförandet av observationsstudien | 22 |
| 3.7 Enkät efter genomförd observationsstudie..... | 22 |
| 4. Resultatredovisning..... | 24 |
| 4.1. Elevernas väg till skolan och tid efter skolan..... | 24 |
| 4.2.1. Elevernas uppfattning om och inställning till ämnet idrott och hälsa | 25 |
| 4.2.2 Elevernas uppfattning om innehållet i ämnet idrott och hälsa | 25 |
| 4.2.3 Mängden idrott och hälsa enligt eleverna | 26 |
| 4.3. Elevernas kunskaper inom simning..... | 27 |
| 4.4 Hur mår elever efter idrottslektionerna? | 27 |
| 4.5 Resultat av motorikobservationer..... | 28 |
| 4.5.1. Kasta och fånga | 28 |
| 4.5.2 Koordinationsmomentets resultat..... | 29 |
| 4.5.3 Elevernas balansfärdigheter | 30 |
| 5. Diskussion | 32 |
| 5.1 Metoddiskussion..... | 32 |
| 5.2 Resultatdiskussion | 33 |
| 5.3 Slutsatser | 36 |
| 6. Sammanfattning | 37 |

Källförteckning

Bilagor 1-4

| | |
|--|----|
| Figur 1 – Grovmotoriska färdigheter..... | 12 |
| Diagram 1 - Elevernas aktiviteter efter skolan..... | 24 |
| Diagram 2 - Elevernas uppfattning om ämnet idrott och hälsa..... | 25 |
| Diagram 3 – Elevernas intresse för mer idrottsundervisning i skolan..... | 26 |
| Diagram 4 – Hur mår eleverna efter en idrottslektion..... | 27 |
| Diagram 5 – Elevernas färdigheter i att studsa en boll..... | 28 |
| Diagram 6 – Elevernas färdigheter i kräftgång..... | 29 |
| Diagram 7 – Elevernas färdigheter i indiandans..... | 29 |

Förord

Vi är två lärarstudenter vid Högskolan Kristianstad, med positiva erfarenheter av ämnet idrott och hälsa från vår egen skoltid. Efter att ha läst en specialiseringskurs vid lärarutbildningen inom idrott och hälsa riktad mot yngre barn känner vi att det är av stor vikt att i elever i tidiga skolår får de bästa förutsättningarna och en positiv utveckling med elevernas egna lärande i centrum. Vi anser att läraren har stort ansvar för undervisning i alla skolämnen utan undantag för ämnet idrott och hälsa. Vår erfarenhet är att ämnet ofta blir missgynnad och att eleverna i de yngre åldrarna inte alltid får en likvärdig utbildning. Det var vår avsikt att undersöka och jämföra hur likvärdig undervisningen kan vara eller inte vara i två klasser med olika förutsättningar.

Vi vill tacka elever och lärare på de två skolor vi fick lov att besöka och genomföra våra undersökningar på.

Vi vill även skänka ett stort tack till vår handledare Mariann Persson, för ett stort stöd och god hjälp på vägen.

1. Introduktion

1.1 Inledning

Läroplanen för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet, Lpo94, skriver att lärare skall främja elevers lärande, däribland kunskaper om elevens egen hälsa. Sandborgh-Holmdahl & Stening (1993) menar att man måste låta barn vara fysiskt aktiva och röra sig flera gånger i veckan för att skapa en bättre lärandesituation. Vidare påpekar författarna hur viktigt det är med motorisk träning så att de vanligaste rörelserna blir automatiserade och därigenom inte stör den övriga undervisningen.

Nedan följer de för alla skolor i Sverige gemensamma uppnåendemålen. Dessa ska eleverna klara av när det slutar femteklass.

Mål som eleverna skall ha uppnått i slutet av femte skolåret

Eleven skall

- Behärska olika motoriska grundformer och utföra rörelser med balans och kroppskontroll samt kunna utföra enkla danser och rörelser till musik,
- Kunna simma och hantera nödsituationer vid vatten,
- Kunna orientera sig och hitta i närmiljön genom att använda enkla hjälpmedel,
- Ha grundläggande kunskaper om friluftsliv samt känna till principerna för allemansrätten,
- Känna till något om och kunna ge synpunkter på arbetsmiljön i skolan,
- Ha erfarenheter av några vanliga idrottsaktiviteter samt veta något om skaderisker och om hur skador kan undvikas (Skolverket 2002, s.24).

Utgångspunkterna för uppsatsarbetet är forskning om barns behov av fysisk aktivitet för att främja lärande, och uppnåendemålen i styrdokumentet för ämnet idrott och hälsa i skolår 5 med fokus på motorisk kompetens.

1.2 Uppsatsens syfte och frågeställningar

Vi har jämfört eleverna i två klasser som går skolår 5 och deras möjligheter att uppnå de av Skolverket inrättade uppnåendemålen. Den ena klassen har en utbildad fritidspedagog med

vidareutbildning inom ämnet idrott och hälsa. Den andra klassen har sin ordinarie klasslärare, som är utbildad lärare för barn mellan sex och tolv år, men saknar utbildning i ämnet idrott och hälsa.

Frågeställningar:

- Vilken betydelse kan lärarens ämneskompetens ha för elevers möjlighet att uppnå målen i ämnet idrott och hälsa för skolår 5?
- Vilken betydelse har innehåll i undervisningen för elevers möjlighet att uppnå målen i ämnet idrott och hälsa för skolår 5?

1.3 Uppsatsens disposition

Det första kapitlet i uppsatsen tar upp en bakgrund till det valda ämnet. I det andra kapitlet behandlas forskning som rör motorik, likvärdig utbildning, idrottslärarens roll samt även styrdokument. Val av metod och urval samt hur enkät- och observationsstudien gått till presenteras i kapitel 3. Resultatredovisningen sker i kapitel 4 innan vi i det näst följande för en diskussion över resultat och metod. Uppsatsen avslutas med en sammanfattning.

2. Teorier kopplade till problemområdet

I detta kapitel presenteras olika teorier om det utvalda området, och relevant information från styrdokumentet tas upp. Vidare beskrivs vissa grovmotoriska grundfärdigheter mer ingående, eftersom de har betydelse för uppsatsens empiriska del.

2.1.1 Intentioner inom ämnet idrott och hälsa i skolan enligt Lpo94 och kursplanen

I Lpo94 kan läsas att all undervisning ska anpassas efter elevernas förutsättningar och behov. Där ska utgångspunkterna vara elevernas bakgrund och tidigare erfarenheter. Detta är ett övergripande synsätt som gäller hela skolgången, alltså även under timmarna i idrott och hälsa. Enligt skollagen ska detta vara övergripande för hela landet oavsett vilken skola eleven undervisas i. Skolan ska motverka könsuppdelningar och istället verka för ett mer jämställt synsätt, det vill säga att alla skall ges samma chans oavsett könstillhörighet (Utbildningsdepartementet, 1998).

Mål att uppnå i grundskolan

Skolan ansvarar för att varje elev efter genomgången grundskola

- Har grundläggande kunskaper om förutsättningarna för en god hälsa samt förståelse för den egna livsstilens betydelse för hälsan och miljön.
(Utbildningsdepartementet, 1998, s.12).

Begreppet hälsa har tillkommit i ämnet idrott och hälsa som i de tidigare läroplanerna endast handlade om gymnastik, lek och idrott. Detta gör att ämnet växer och skapar fler infallsvinklar att arbeta med för lärarna i ämnet idrott och hälsa. Detta ställer högre krav på de undervisande pedagogerna och deras förkunskaper.

Enligt kursplanen för idrott och hälsa har motion och rekreation i olika former betydelse för hälsan. Därför behöver barn och ungdomar utveckla kunskaper kring dessa begrepp. Samtidigt ges barnen möjligheter att lära sig om hur kroppen fungerar, att fysisk aktivitet leder till en förbättrad hälsa och psykiskt välbefinnande (Skolverket 2002).

Ämnet idrott och hälsa ska även ge barn kunskaper kring utveckling av och hur olika idrottsaktiviteter växt fram genom åren. Inom ämnet ska undervisning ta upp hur olika

fritidsaktiviteter fungerar och hur man deltar i dessa. Detta leder förhoppningsvis till att nyfikenhet väcks och lusten att delta i nya aktiviteter ökar. Ett av ämnet idrott och hälsas grundläggande syften är att skapa möjligheter för alla att delta på sina egna villkor, vilket i sin tur bör leda till ökad gemenskap och respekt för varandra. Vidare kan fysiska aktiviteter knyta band i det mångkulturella samhället. Det kan också stärka gemenskapen mellan olika barn- och ungdomsgrupper i samhället (a.a.).

Undervisningen i idrott och hälsa ska hela tiden ha individens bästa i centrum. Det handlar om att bygga upp en stark självbild som är positiv samtidigt som det utvecklar goda kunskaper om vad som främjar god hälsa. Eleverna ska också kunna, ur ett hälsoperspektiv, välja och värdera olika former av rörelser, vilket ska leda till en god kroppsuppfattning. Nästa steg blir sedan att eleverna kan leka, motionera och idrotta på egen hand och tillsammans med sina kompisar. Detta skall också leda till att eleverna lär sig leda och organisera idrottsaktiviteter, samtidigt som eleverna ska känna till idrottens och friluftslivets historia. Eleverna ska även känna till hur olika kulturer ser på ämnet. En av de allra viktigaste kunskaperna som eleverna ska tillägna sig är hanterandet av nöd- och katastrofsituationer (a.a.).

Idrott och hälsa som ämne har ett brett innehåll och ska ha en kärna som består av idrott, lek och allsidiga rörelser i vilka alla ska kunna delta oavsett förutsättningar och förkunskaper. Allt ska utgå från ett hälsoperspektiv som kretsar kring både fysiskt- och psykiskt välbefinnande. Allt detta ska stimulera till idrottsliga aktiviteter hela livet och god syn på ämnet idrott och hälsa (a.a.).

Att utveckla allsidiga rörelser kan leda till en hälsofrämjande livsstil och är därför ett centralt begrepp i ämnet idrott och hälsa. Detta skapar möjligheter till bättre rörelse- och idrottsfärdigheter som kan leda till ökad kondition, styrka och rörlighet (a.a.).

”Mål att sträva mot

skolan skall i sin undervisning i idrott och hälsa sträva efter att eleven

- Utvecklar sin fysiska, psykiska och sociala förmåga samt utvecklar en positiv självbild,
- Utvecklar kunskap om vad som främjar hälsa
- Utvecklar god kroppsuppfattning och kunskaper som gör det möjligt att se, välja och värdera olika former av rörelse ur ett hälsoperspektiv

- Stimuleras till ett bestående intresse för regelbunden fysisk aktivitet och tar ett ansvar för sin hälsa
- Utvecklar och fördjupar sin rörelseförmåga och lust att röra sig samt stimuleras att ge uttryck för fantasi, känslor och gemenskap
- Utvecklar förmågan att leka, motionera och idrotta på egen hand och tillsammans med andra
- Utvecklar kunskaper att kritiskt bemöta missförhållanden som kan förekomma i samband med olika typer av fysiska aktiviteter samt ges förutsättningar till ett personligt ställningstagande i idrotts- och hälsofrågor
- Utvecklar förmågan att organisera och leda aktiviteter
- Får inblickar i idrottens och friluftslivets historia samt lär känna olika former av lekar, danser och idrottsformer i olika kulturer
- Utvecklar kunskaper om handlande i nöd- och katastrofsituationer. (Skolverket 2002, s.22-23)

Det finns ett antal mål inom ämnet idrott och hälsa som eleverna ska uppnå när de slutar skolar 5. Att klara av de olika motoriska grundformerna samt ha en god kroppskontroll är ett mål. Man ska även kunna utföra enkla danser samt rörelser till musik. Hantering av nödsituationer samt att kunna simma är ett annat krav som ställs på eleverna. Allemansrätten och dess grundprinciper ska eleverna ha grundläggande kunskaper om samt kunna orientera och använda tillhörande hjälpmedel (Skolverket 2002).

2.1.2 Rätten till en likvärdig utbildning

Skolverket (2005) menar att det finns många faktorer som påverkar hur elevers utbildning ser ut. Elevers bakgrund och förutsättningar är en väsentlig del av detta, de främsta faktorerna som påverkar är kön, föräldrarnas utbildningsnivå samt deras härkomst. Vidare skriver skolverket om varje skolas speciella förutsättningar som påverkar barnens utbildning. Bland dessa finns skolans elevsammansättning och pedagogiska syn på lärande. Även lärarnas förhållningssätt till elever och ämnet i stort påverkar hur utbildningen formas.

Enligt svensk skollag har alla barn rätt till en utbildning som är likvärdig, denna skall vara lika oavsett social eller ekonomisk bakgrund. Med likvärdig utbildning menas inte att den ska se likadan ut överallt. Resurserna kan vara olika och även vilken pedagogisk tanke man har. Det viktiga är att eleverna når samma mål när det handlar om värdegrund och kunskap. Det finns stora skillnader mellan skolor i dagens Sverige (Skolverket, 2006).

2.2 Motorikens betydelse för eleverna i skolan

Här följer en sammanfattning av olika forskares teorier kring begreppet motorik, hur den utvecklas hos elever i skolan och varför det är viktigt att varje elev har en välfungerande motorik för skolarbetet och lärandet. Detta avsnitt är också en grund till de utgångspunkter som används under det empiriska arbetet.

2.2.1 Vad innebär begreppet motorik?

Ericsson (2005) skriver att människor använder sig av sin motoriska förmåga under i princip hela dagen. Det mesta människan gör kräver en utvecklad förmåga, allt från att gå upp ur sängen till att läsa tidningen eller laga middag. När människor dessutom idrottar ökar svårighetsgraden på de motoriska övningarna vilket skapar bättre färdigheter. Detta är en livslång process som får mer och mer uppmärksamhet i samhället. ”All rörelse är motorik, även små rörelser som att tala, teckna, skriva och läsa” (Folkhälsoinstitutet, 1997, s.18). Detta stämmer överens med vad Ericsson (2005) anser om motorik och dess funktion hos människan.

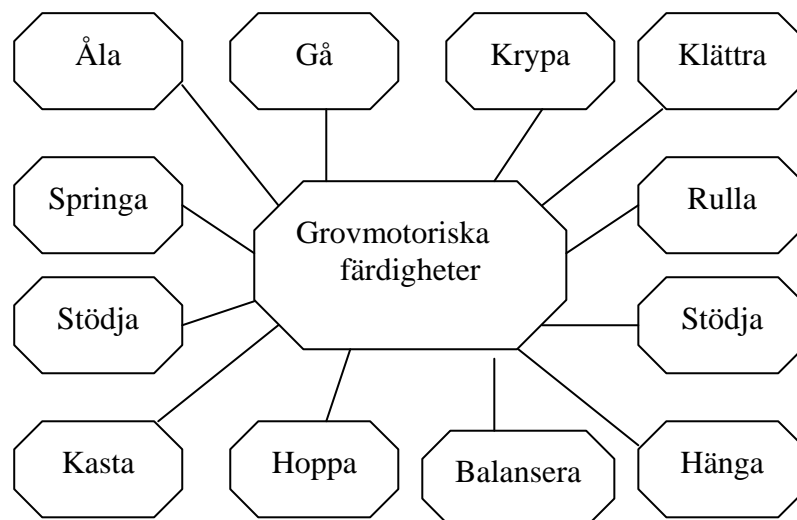
Ellneby (2003) anser att den grovmotoriska utvecklingen hos barn börjar när de är spädbarn. Denna utveckling pågår upp till 7 års ålder då Ellneby hävdar att barnet näst intill är fullt motoriskt utvecklat. Utvecklingen av de motoriska färdigheterna hos barn samspelar med det centrala nervsystemets utveckling. Folkhälsoinstitutet (1997) hävdar att motorisk träning har stor betydelse för att stärka barnet i dess erfarenheter och tänkande. Detta kan innebära att barn med dåligt utvecklad förmåga hamnar utanför kamraternas lek då de inte behärskar alla lekens rörelser. Rörelserna, de som används i de olika lekarna, i dessa övningar är nyttiga för de dåligt motoriskt utvecklade barnen, men dessa går de miste om då de ställs utanför leken.

Langlo-Jagtöien, Hansen och Annerstedt (2000) beskriver motorisk inläring som en serie av processer som är direkt knutna till träning eller andra erfarenheter av rörelse. Dessa leder till permanenta förändringar i kunnandet av motoriska färdigheter. Vidare anser författarna att utvecklingen av de motoriska färdigheterna är en livslång process, där de kunskaper man har

förbättras genom livet. Samma författare anser att de motoriska färdigheterna kan indelas i fyra olika faser. Dessa faser är reflexrörelser, mognadsbestämda rörelser, grundläggande/naturliga rörelser och färdighetsrelaterade rörelser. Varje fas innefattar en fysisk utveckling som lägger grunden till nästa fas.

Schmidt och Wrisberg (2001) menar att motoriska färdigheter är rörelser som man har ett önskat mål med, till exempel att stå på händerna. Om man däremot sitter och trummar med fingrarna så är det inte en motorisk färdighet, detta för att vi inte har något mål med trummandet. Psykologen Guthrie definierar i Schmidt & Wrisberg (2001) motoriska färdigheter som: ”förmågan att nå målet med maximal sannolikhet och minimal energiåtgång, eller tid och energi” (a.a. s.18). Schmidt och Wrisberg (2001) anser att om man har en förbättrad motorisk skicklighet så skapar man en större säkerhet i sina rörelser, vilket i sin tur leder till att energiförbrukningen minskar och i vissa fall även innebär en förkortad rörelsetid. Vidare anser författarna att det finns en rad tillfälliga faktorer som påverkar den motoriska prestationen. Dessa är bland annat leda, trötthet, motivation och oro. Schmidt & Wrisberg (2001) menar också att de anlag man har med sig har en stor betydelse för hur långt man kommit i sin motoriska utveckling.

Grovmotorik är en del av de motoriska färdigheterna. Först presenteras de olika i en figur och hur de utvecklas i allmänhet, sedan fokuseras det på de tre motoriska färdigheterna som valts att studera i undersökningen. De tre är balans, koordination samt kasta och fånga.



Figur 1. Grovmotoriska färdigheter enligt Sandborgh-Holmdahl & Stening (1993, s.31).

Enligt Sandborgh-Holmdahl och Stening (1993) finns det bäst möjligheter att utveckla barns grovmotoriska färdigheter utomhus. Men vidare menar författarna att gymnastiksalen ska ses som ett komplement till utemiljön. Det viktigaste när det gäller den rörelseträning som barn får är att den innehåller många grovmotoriska moment som tillfredställer barnens fysiologiska behov och stärker deras kondition. Som lärare bör man tänka på att övningarna är av varierande slag. Dessa bör innehålla moment som stimulerar så många olika grovmotoriska färdigheter som möjligt.

Annerstedt (1990) menar att en grovmotorisk utveckling är ett resultat av neurologisk mognad. Men skillnaden mellan mognad och inläring är inte alltid så lätt att fastställa. Annerstedt tar upp tre olika forskares syn på motorisk utveckling och inläring. Piaget anser att inläringen inte har någon som helst betydelse för vidare utveckling. Piaget menar att det inte är någon idé att lära ut färdigheter och kunskaper om eleven inte har mognad till det(a.a.). I Langlo-Jagtöien m.fl. (2000) skriver man om Piagets sätt att se på övningslek. Det man menar med övningslek är att leka fritt i olika sammanhang. Denna form av övningar är enligt Piaget ett ypperligt tillfälle för barnen att stärka sin motoriska mognad. I Annerstedt (1990) menar Holle, som delvis är inspirerad av Piaget att som lärare måste man på ett noggrant sätt ska observera barnens färdigheter och brister i rörelseträning. Detta för att anpassa undervisningen till barnens kunskaper. Vidare anser Holle att brister barnen i en utvecklingsnivå ska man inte träna denna utan stimulera det stadiet som kommer innan. (a.a.)

Annerstedt (1990) skriver att Vygotskij anser att inläring krävs för en vidare utveckling av motoriska färdigheter. Vygotskij menar i Säljö (2005) att man kan se på lärandet som en fråga om hur individen eller den stora gruppen tar till sig, vidareutvecklar och håller den kunskap dem får levande. Detta leder till att människan måste lära sig något nytt för att vidareutveckla det man redan kan.

Annerstedt (1990) pekar på att det existerar två olika sätt att se på motorisk träning. Den ena sidan hävdar att det hos barnen krävs en viss biologisk mognad för att klara av rörelseträning på olika nivåer. Medan den andra sidan i sin tur menar att den motoriska träningen kan fungera som stimulans för att mognadsprocesserna skall gå vidare.

2.2.2 Balansens betydelse för skolarbetet

Sinnet som ger vår hjärna information om balansen sitter i vårt inneröra. Balanssinnet kan också kallas det vestibulära sinnet. Detta sinne bör tränas för att kunna leva ett normalt liv (Langlo-Jagtöien m.fl., 2000). Detta kan knytas till ”Ett barn som inte får röra sig klarar inte heller av att sitta stilla.” (Ellneby, 2003, s.48). Författaren menar här att det inte krävs särskilt mycket för att ett barn ska kunna träna sin balans och andra förmågor, det handlar om att skapa möjligheter för det.

Ericsson (2005) menar att balanssinnet har en oerhörd betydelse för vår vardag, det finns många faktorer som påverkar vårt balanssinne, både fysiska och psykiska. Om man inte får tillräcklig med vestibulär stimulans så blir balanssinnet understimulerat vilket kan leda till bland annat yrsel. Detta kan förebyggas av styrke- och smidighetsträning av musklerna i våra fötter, genom olika övningar med rörelseförändringar och hastighetsinslag.

Balans är förmågan att behålla kroppens jämvikt då en rörelse eller situation plötsligt ändras. Vid jämvikt går kroppens tyngdpunkt genom understödsytan, vilket i t.ex. stående position är ytan mellan fötterna (Wiking och Lindström, 2005, s.72).

Eliasson skriver i Tidskrift i gymnastik och idrott, TiG, (1/95) om att balanssinnet är vårt viktigaste sinne. Så länge det fungerar är vi omedvetna om dess funktion. Det upplevs endast som viktigt när vi får yrsel eller andra tecken på störning i balanssinnet. Eliasson anser att det är oerhört viktigt att idrottslärare eller de som undervisar i ämnet idrott och hälsa har goda kunskaper kring hur balanssinnet fungerar och vad som påverkar det, då inte bara i idrottssammanhang. Utan ett balanssinne i normal funktion får vi svårt att veta var vi befinner oss samt vad som är upp eller ner. Balanssinnet anses vara funktionellt redo redan under den femte graviditetsmånaden. Utvecklingen stimuleras av både fostrets egna rörelser samt moderns (a.a.).

Enligt Sandborgh-Holmdahl och Stening (1993) krävs det ett bra utvecklat balanssinne för att kunna sitta stilla på en stol och inte behöva korrigera sin ställning jämt och ständigt. För att underlätta för barnen att sitta still bör de få röra på sig mycket, genom att träna balans och grovmotorik.

2.2.3 Koordinationens påverkan på skolarbetet

Det är vår hjärna som styr vårt handlande. När den sätter igång en sammandragning av en eller flera muskler, sker detta via impulser som aktiverar vissa sammandragningar och impulser som hämmar andra sammandragningar. Det som sker när vi ska böja på ett knä är att vissa muskler aktiveras medan andra måste ge vika för att det ska fungera. Denna styrning är mycket viktig för oss och vår kropp, detta för att kunna samordna olika kroppsdelar och att rörelser sker i ett bra förhållande till omgivningen. Denna styrning kallas koordination. (Langlo-Jagtöien m.fl., 2000)

Koordination är nerv- och muskelsystemets förmåga att samordna rörelser både i förhållande till varandra och i förhållande till omgivningen (Langlo-Jagtöien m.fl., 2000, s.91).

Utvecklingen av vår förmåga att koordinera rörelse sker genom fysisk tillväxt, mognad och lärande. På detta sätt utvecklas ett fungerande samspel mellan nerv- och muskelsystem i kroppen. Genom att vi rör på oss och provar på en allsidig träning utvecklar vi koordinativa egenskaper såsom; balans, rytm, reaktion, rumsuppfattning, anpassad kraft och öga-hand- och öga-fot koordination. Dessa koordinativa egenskaper är basen för inläring av nya rörelser i form av dans, lek eller någon idrott. Har man en väl utvecklad koordinativ förmåga så sker en inläring av en ny lek eller dans snabbare. (a.a.)

Genom att pröva, upptäcka, upprepa och utveckla skaffar sig barnet kunskap om sig själv – en kroppsuppfattning (Sandborgh-Holmdahl och Stening, 1993, s.37).

På det sätt som anges i citatet ovan anser författarna att man skapar goda förutsättningar för en god utveckling och bra mognad hos barnen. Detta skapar vidare ett gott självförtroende och förmågan att sätta in olika föremål i relation till sig själv och omgivningen. Det författarna menar med kroppsuppfattning är dels den rena kunskapen om kroppens olika delar. Dels alla känslor som rör kroppen samt en god förmåga att veta att rörelse är ett samspel av kroppens olika delar. (a.a.)

Ericsson (2005) menar att koordination inte är en medfödd förmåga. Den utvecklas när det centrala nervsystemet mognar. Saker som påverkar denna utveckling är bland annat det kinestetiska sinnet (muskelsinnet), det taktila sinnet (beröringssinnet) samt även det visuella

sinnet (synen). Varje ny rörelse som ska läras måste nötas in gång på gång. En god koordinativ förmåga underlättar inläringen av varje nytt moment.

2.2.4 Kasta och fånga, vad krävs för att behärska det?

Reaktionsförmågan är en hörnsten för vår kunskap när det handlar om att kasta och fånga. Precis som Langlo-Jagtöien m.fl. (2000) skriver att öga-hand och öga-fot koordinationen har en stor betydelse för vår förmåga att fånga bollar eller andra föremål.

Ellneby (2003) menar att det är en rad faktorer som påverkar utvecklingen inom området kasta och fånga. Dessa faktorer är syn, där barnets öga följer bollen och fixerar blicken vid den. Hörseln används för att uppmärksamma eventuella studsar mot vägg eller mark, vidare kommer känseln till användning då vi känner bollen mot vår hand eller kropp. När det gäller kraften som går åt och hur vi ska rikta bollen kommer vårt led- och muskelsinne till nytta. Till sist menar Ellneby att även balansen tränas då vi springer runt och samtidigt fokuserar på bollen under bollekar.

2.3 Idrottslärarens roll i elevers idrottsundervisning

Annerstedt (1995) anser att kraven på idrottslärarna skiftar genom historien, dock har man alltid haft ett uttalat krav på god idrottslig förmåga hos de som ska undervisa i ämnet idrott och hälsa. Vidare menar författaren att det finns fyra viktiga punkter att klara av för en god idrottslärare: skapa en trivsamt atmosfär, leda och planera arbetet, presentera innehållet på ett riktigt sätt samt lära ut. Annerstedt skriver även i TiG (8/96) om en rad faktorer som är typiska för goda idrottslärare. Det handlar om planering av innehållet där man har ett klart mål med sina lektioner. I planering ingår även att man känner sina elever och planerar utifrån deras unika förutsättningar och behov. Vidare menar Annerstedt att lärarna måste ha en god förmåga att utveckla eleverna i en god takt. Att presentera lektioner med ett innehåll som tilltalar eleverna är även det viktigt, detta för att skapa förståelse hos eleverna vilket leder dem vidare inom ämnet idrott och hälsa. Vidare menar Annerstedt även att det krävs en god förmåga att organisera undervisningen samt att man fungerar som en aktiv ledare, vilket i sin tur leder till en positiv inlärningsmiljö. För att utveckla lärande bör läraren utvärdera tillsammans med eleverna och ha dessa utvärderingar som grund för det fortsatta lärande i ämnet idrott och hälsa (a.a.).

Om man ska lyckas som idrottslärare menar Annerstedt (1990) att man måste tycka om barn och ha en god förståelse för att barn är olika individer med skilda behov. Vidare framhåller han att det inte räcker med ett stort idrottsintresse för att vara en bra idrottslärare, utan man måste också ha verktygen för att motivera och engagera eleverna under idrottslektionerna. Annerstedt önskar sig idrottslärare som är reflekterande kring sitt arbete samt arbetar som nytänkare. Samtidigt som han vill att idrottslärarna skall garantera en hög och god kvalitet på sin undervisning (a.a.).

Högberg menar i TiG (8/98) att idrottslärare inte längre ses som udda personer utan numera tillhör den grå massan av övriga lärare på en skola. Han menar att statusen som tidigare handlade om att fostra idrottsstjärnor övergått till att utveckla alla elevers behov av rörelse och träning i olika former. Högberg tror att år 2009 har ämnet idrott och hälsa skiftat namn till kroppskunskap. Då kommer det att ställas högre krav på utbildade och kompetenta lärare i ämnet.

Karlefors (2002) presenterar en undersökning som visar att idrottslärarna ser sitt jobb som försämrat sedan den nya läroplanen, Lpo94, infördes. De får mindre tid till att undervisa sina elever och därför finner de själva brister i undervisningens innehåll. Idrottslärarna anser att deras främsta uppgift är att eleverna har roligt, är fysiskt aktiva samt får ett bättre självförtroende under sitt lärande i idrott och hälsa. Vad eleverna förväntar sig av sina idrottslärare är enligt Annerstedt (1991) att de behärskar ämnet. Det han menar då är att de har goda kunskaper i och kring vad som är ämnets kärna. Det eleverna vidare vill är att lärare bemöter dem bra samt att de får delta i planeringen av lektionerna. Att kunna tåla kritik och vara som ett stöd och kamrat för eleverna ses också som viktigt för eleverna. Vidare menar författaren att läraren måste kunna motivera eleverna och förklara undervisningens mål samt hur man skall gå till väga för att nå dit.

I Annerstedt (1995) menar Gabrielsson att vad varje barn lär sig i en enskild lek kan variera oerhört mycket. Därför bör man som lärare eller pedagog låta barnen leka lekar som skapar glädje för dem, även om man inte alltid ser någon pedagogisk vinning med det. Dessa lekar kan leda till upptäckter och tankar hos barnen som för dem vidare i sin utveckling.

2.4 Uttalanden om elevers kunskaper inom simning

Wernersten diskuterar i TiG (6/94) om elever i skolår 5 och deras kunskaper i simning. Enligt Wernersten definierar de flesta kommunala skolor och friskolor simkunnighet så här: ”Simkunnig är den som kan falla i på djupt vatten, få huvudet under och efter att åter ha tagit sig upp till ytan kan simma 200 meter i en följd, varav 50 meter ryggsim”. Denna definition stämmer i stort sett överens med Svenska Livräddningssällskapets definition av kunskapen. Wernersten menar på att det är skolans skyldighet att under skoltid lära barnen en baskunskap som simning. Detta framgår av kursplanen för idrott och hälsa i grundskolan. Våren 2003 var 7369 elever i skolår 5 inte simkunniga. De vanligaste skälen till bristande förmåga var medicinska och sociala skäl i form av allergi eller rädsla för vatten. En allt vanligare orsak till bristande kunskaper är även av religiös karaktär. Barnen från olika kulturer har olika inställning med sig från hemmen om vad som är lämpligt att göra och inte göra. Den simundervisningen eleverna i dagens skola erbjuds leds ofta av badvakter.

2.5 Barns idrottsutövande på fritiden

Redelius (2002) skriver att barn genom att bli medlemmar i en idrottsförening skapar sig identitet och status hos sina kompisar. Vidare menar författaren att det för barn och ungdomar mer och mer handlar om just att skapa sig en egen identitet. Detta leder till att fritiden får en ökad betydelse för att hävda sig. För flickor skapar även ett medlemskap en starkare självkänsla och en ökad kroppsmedvetenhet. Utbudet av olika aktiviteter att ägna sig åt ökar också enligt Redelius (2002).

Wallin (1996) menar att barn och ungdomar som ägnar sin fritid åt idrott bör få en aktivitet som är lekfull, allsidig och som bygger på deras behov och förutsättningar. Aktiviteterna bör bedrivas i närområdet och den tävlingsinriktade delen ska inte hamna i fokus. Viktigt är även att idrottsföreningen bygger mycket på att barn lär sig det sociala samspelet i samhället.

3. Undersökningens upplägg och genomförande

I detta kapitel presenteras val av metod och hur den empiriska undersökningen växte fram. Därefter motiveras urvalsförfarandet innan kapitlet avslutas med en beskrivning av genomförande och tillvägagångssättet.

3.1 Metodval och undersökningens uppläggning

Vi valde att använda både enkäter och observationer, vilka skulle genomföras i två olika klasser där eleverna går skolår 5. Observationerna skall fungera som komplement till enkäterna eftersom vissa företeelser är svåra för eleverna att själva besvara via enkäter.

Med hjälp av enkäter fås den typ av information som Denscombe (1998) kallar faktisk information. Det innebär att respondenterna svarar med hjälp av vardaglig fakta. Enkäterna innehåller även en del frågor som enligt författaren är baserade på åsikter som respondenterna har. Dessa svar ska snarare vara en bedömning av saker istället för ett svar baserat på fakta.

Denscombe (1998) menar att den informationen som fås via observationer är direkta. Det vill säga att det som sker ser observatören och behöver inte tolka någon annans svar eller tankar. Den observation som görs är en deltagande observation som bygger på ett av oss utformat program där vi till viss del deltar i övningarna. Patel & Davidson (2003) anser att en observation måste vara systematiskt planerad, vilket den var när observationen skedde med hjälp av stationsformade övningar. Vidare menar författarna att observationer är en form som passar att studera beteenden eller i detta fall fysiska kunskaper. Observationstillfällena filmades dessutom för att i efterhand kunna komplettera fältanteckningarna. Dessa filmer kommer att studeras vid flertalet tillfällen och då kommer inte hela filmen att ses utan utvalda sekvenser som det behövs mer information om.

3.2 Pilotundersökning

Innan enkäterna lämnades ut genomfördes en pilotundersökning, i vilken tre elever i relevant ålder besvarade frågorna. Detta för att få en bekräftelse på frågornas kvalitet och att eleverna kan förstå dem. Det som korrigeras var några ordval för att skapa frågor som var mer lättförståeliga för eleverna.

3.3 Etiska överväganden innan genomförandet

Innan eleverna fick enkäterna och observationspasset genomfördes gav respektive skola rektor sitt tillstånd vilket även elevernas föräldrar gjorde. Det garanterades då att deras barn aldrig skulle komma att kännas igen samt att allt filmmaterial skulle förstöras efter att uppsatsarbetet var avslutat. På skola A valde två elevers föräldrar att neka dem att delta både i enkätstudien och under observationspasset.

Hela i fyllnadsfasen genomfördes av anonyma elever som fått vars ett nummer för att de skulle kunna sammanföras med den andra enkäten samt observationsstudien. Varje enskilt nummer kunde bara kopplas till könet på eleven och inte till dess namn.

3.4 Urvalsförfarande och undersökningsgrupp

Valet att genomföra undersökningarna i två klasser med elever från skolår 5 gjordes för att eleverna från skolverket har utformade uppnåendemål att klara av. De två klasserna valdes ut genom att ta de två skolor där vi genomförde våra verksamhetsförlagda utbildningar under den nyligen genomförda praktikperioden. Detta val gjordes för att det var kända förutsättningar vilket underlättade undersökningen. Vidare passade de för att den ena klassen har en utbildad fritidspedagog med kompetens i ämnet idrott och hälsa och den andra har sin klasslärare som saknar kompetens i ämnet idrott och hälsa.

Skola A är en skola som ligger i en mindre sydsvensk stad. Skolan ligger i ett lummigt villaområde med närhet både till centrum och till skog. På skolan går det elever från förskoleklass till årskurs 6. Till antalet är de ungefär 130. Skolan byggdes 1975 och har en skolgård som bland annat består av gungor, fotbollsplan, klätterställning, sandlådor för att nämna något. Detta inbjuder till fysisk aktivitet på rasterna. Skolans gymnastiksal är en byggnad som är sammanbyggd med övriga lokaler. Till ytan är den ungefär som en fjärde dels fullmåttsall. Läraren i denna klass saknar helt utbildning inom ämnesområdet idrott och hälsa men är i övrigt behörig lärare.

Skola B är en skola i ett samhälle cirka en mil utanför en medelstor stad i södra Sverige. Skolan ligger centralt i samhället, det finns tillgång till en varierande skolgård samt på

gångavstånd både grönområden och ett skogsområde med en å som flyter förbi. På skolan går det cirka 140 elever i ålder från förskoleklass till årskurs 5. Gymnastiksalen är en fristående byggnad på skolgårdens södra del. Den är till ytan något mindre än skola A: s gymnastiksal. Läraren som undervisar i idrott och hälsa på denna skola är utbildad fritidspedagog, men har även läst 40 poäng i idrott och hälsa samt ett antal fristående kurser inom ämnet.

3.5 Enkätstudien i klassrummet

Den första av de två enkäterna fick eleverna svara på i sin vanliga klassrumsmiljö före det att observationsstudien i gymnastiksalen genomfördes. Denna enkät var inriktad på bakgrundsfrågor och frågor om elevernas fritid samt hur de tar sig till och från skolan.

3.6 Observationsstudien i idrottshallen

För att kunna testa eleverna inom de tre olika områdena som valts - balans, koordination samt kasta och fånga så planerades ett praktiskt pass i gymnastiksalen. För att på ett så smidigt sätt som möjligt kunna observera alla eleverna valdes ett upplägg med stationer. Fem stationer sattes samman.

3.6.1 Balansstationens upplägg

På den första stationen observerades balansförmågan hos eleverna. De skulle gå på en uppochnervänd bänk, vidare skulle de gå uppochner på en bänk som stod lutad mot ribbstolarna. Denna övning fanns på två olika höjdnivåer. Den tredje och sista övning på denna station handlar om en bänk som låg uppochner på en pallplint. Den blev som en vippbräda som slog över när eleverna flyttade tyngdpunkten över bänken.

3.6.2 Elevernas koordination

Vid station två testades elevernas koordinativa förmåga. Först handlade det om en ”klättervägg” som bestod av lekband som markerade grepp på ribbstolarna. Det handlade om att flytta sig från start till mål via lekbanden. På denna station skulle eleverna även gå kräftgång, vilken går på alla fyra med ändan mot golvet utan att denna rör vid golvet. Som avslutning på denna station fanns indianhopp. Här handlar det om korsrörelser med armar och ben.

3.6.3 Test av elevernas färdigheter inom området kasta och fånga

Momentet kasta och fånga delades i tre olika stationer. Dessa var att kasta upp en liten boll i luften och sen fånga den var ett moment, den lilla bollen skulle även kastas mot en vägg för att sedan fångas igen. Ett annat moment var att göra samma övningar fast med en större boll.

Som avslutning fanns en runda där eleverna skulle studsas med sig en basketboll samtidigt som vissa hinder skulle passeras. Först var det några rep i rörelse som man skulle undvika kontakt med. Sedan skulle bollen studsas bredvid en bänk som man själv gick på. Att studsas bollen i en rockring samtidigt som man själv hoppade i den var det tredje momentet innan rundan avslutades med att studsas bollen varannan sida om en hopprep som låg utsträckt på golvet.

3.6.4 Genomförandet av observationsstudien

För att underlätta observationerna av elevernas färdigheter delades de in i grupper som bestod av mellan 3 och 6 elever. Varje grupp fick ett eget protokoll som observatören hade runt hela stationsbanan. Samma person förde protokoll över alla observationer. Detta val gjordes för att skapa så lika förutsättningar som möjligt i de två olika klasserna. Grupperna delades in könshomogent, detta för att lättare kunna skilja eleverna åt. Det som gjorde att de lättare kunde skiljas åt var att observationerna utan att peka ut enskilda elever utan bara vilket kön de tillhörde.

Instruktionerna till eleverna innan testet startade gjordes av samma person som i största möjliga mån försökte ge samma direktiv. Denna person visade även fysiskt hur stationernas olika övningar skulle genomföras. Eleverna fick under denna genomgång möjlighet att ställa frågor kring stationerna och dess olika övningar. Sedan fick varje grupp cirka 5 minuter på varje station. Banan genomfördes dessutom i två varv. Att observationen gjordes i två varv var för att få mer tid att se eleverna agera i de olika situationerna.

3.7 Enkät efter genomförd observationsstudie

Denna enkät fick eleverna svara på i direkt anslutning till observationsstudien. Det som vållade eleverna vissa bekymmer var varför de efter två av frågorna skulle motivera varför de

tyckte som dem gjorde. Vi poängterade att de första frågorna handlade om idrott i allmänhet medan de två avslutande rörde den nyss avslutade lektionen.

4. Resultatredovisning

I enkät- och observationsstudien deltog 58 elever, 31 gick på skola A medan resterande 27 gick på skola B. Könsfördelning var att det deltog 34 flickor samt 24 pojkar i studien. Uppdelningen mellan könen var på skola A, 18 flickor och 13 pojkar, medan skola B hade 16 flickor samt 11 pojkar. Av de 58 eleverna är 45 medlemmar i någon idrottsförening. Skola A var skolan med en lärare utan utbildning i idrott och hälsa medan läraren på skola B hade kompetens inom ämnet.

4.1. Elevernas väg till skolan och tid efter skolan

Eleverna på de båda skolorna färdas på ungefär samma sätt till skolan. Av skola A:s elever är det 13 av 31 som åker buss eller bil till skolan medan skola B:s elever är 11 av 27 som färdas på detta vis. Resterande elever går eller cyklar till skolan.

Vad eleverna ägnar sig åt efter skolan är för de båda skolorna ganska lika. Många leker, sitter vid datorn eller ser på tv. På skola B är det fler som sover efter skolan.

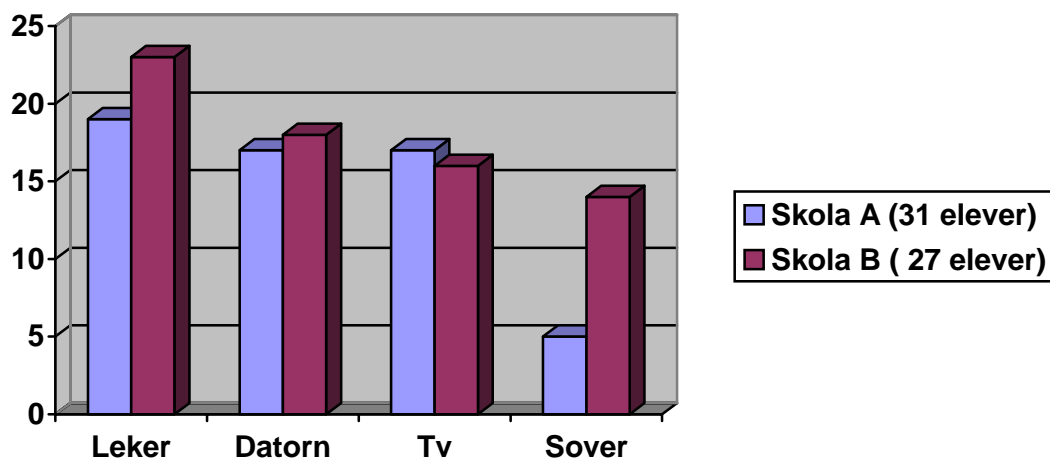


Diagram 1. Elevernas aktiviteter efter skolan. Inom parantes anges antalet elever i varje klass. Staplarna är redovisade i antalet elever som har angett att de ägnar sig åt aktiviteten.

Varje svarsalternativ utav de fyra ovan angivna, skulle även graderas i hur hög grad aktiviteten gjordes. De tre variablerna för detta var, alltid, ofta och sällan. Övervägande del av

svaren hamnade under kategorin ofta. Resultatet visar inga stora skillnader mellan de två jämförda skolorna.

4.2.1. Elevernas uppfattning om och inställning till ämnet idrott och hälsa

Svaren på frågan om hur man tyckte idrottsundervisningen i skolan var, visade att skola B hade fler elever som tyckte det var roligare med idrott.

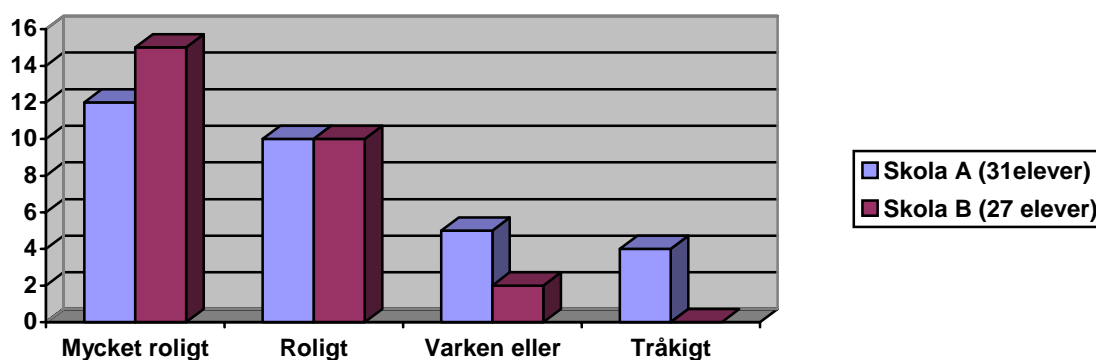


Diagram 2. Elevernas uppfattning om ämnet idrott och hälsa, redovisat i antal.

Skola B hade inga elever som tyckte idrotten var enbart tråkig, utan majoriteten tyckte att det var roligt eller mycket roligt att ha idrott i skolan. Även skola A hade många elever som var positiva till idrotten, men där fanns några fler som var negativt inställda till den undervisning dem erbjöds.

4.2.2 Elevernas uppfattning om innehållet i ämnet idrott och hälsa

Eleverna på skola B har svarat att de får prova på fler och ett mer varierat innehåll i sin idrottsundervisning. De har svarat med flera av alternativen till skillnad från skola A som inte har en lika allsidig undervisning.

På skola A anser eleverna att de ägnar mest tid till bollekar, hela 30 av 31 elever hade markerat detta som något de gör ofta. Därefter kom innebandy, simning och lekar. Dessa alternativ hade mellan 15 och 17 elever av 31 angett. Mellan 6 och 8 av eleverna hade sedan angett friidrott, basket och fotboll som de aktiviteter de därefter ägnar idrottstimmarna åt.

På skola B erbjuds eleverna ett mer varierat innehåll på idrottstimmarna. 22 respektive 21 elever av 27 har angett att de ofta ägnar sig åt bollekar och handboll på sina lektioner. Därefter följer uppvärmning till musik och lekar som angetts av 15 av 27 elever. De tre mest angivna aktiviteterna därefter är innebandy, rörelse till musik samt konditionsträning. Dessa tre hade valt av 14,13 respektive 11 av eleverna.

Det mer varierade innehållet åskådliggörs av att på skola B ses en högre svarsfrekvens på fler aktiviteter än på skola A. Skillnaden var tydligt genomgående över alla 22 svarsalternativ som fanns att välja på.

4.2.3 Mängden idrott och hälsa enligt eleverna

Viljan att ha mer idrottsundervisningen var starkare på skola B än vad den var på skola A. Pojkarna är mer positiva på båda skolorna totalt sett jämfört med flickorna.

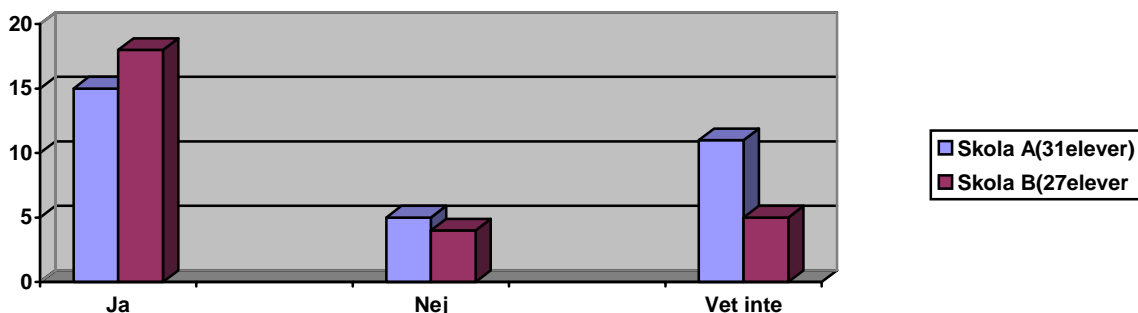


Diagram 3. Elevernas intresse för mer idrottsundervisning. Staplarna är baserade på antalet elever.

Av de som vill ha mer idrott utgör pojkarna mer hälften. På skola A är fördelningen 9 pojkar och 6 flickor medan på skola B är det helt jämt fördelat mellan könen. Övervikten hos dem som svarar nej är klar för flickor, de är totalt 7 av 9. Eleverna fick också möjligt att motivera sina svar på denna fråga, några exempel:

- Jag tycker det är roligt med gymna och vill då hellre ha 3 än 2 lektioner i veckan (Flicka Skola B)
- Vill inte ha mer för jag tränar på fritiden också (Flicka skola B)
- Idrott är kul och sen slipper vi ha matte därför vill jag ha mer (Pojke skola B)
- Vi har tillräckligt med gymnastik (Flicka skola A)

- Vi borde få bestämma mer vad vi ska göra då det blir roligare (Flicka skola A)
- Vi borde göra mer olika saker på lektionerna (Pojke skola A)

4.3. Elevernas kunskaper inom simning

Detta resultat är helt baserat på enkätsvar och grundar sig då på elevernas egna uppfattningar om sina färdigheter.

Endast en elev av 58 anser sig inte kunna simma 25 meter på grunt vatten medan det är 5 av eleverna som inte tycker sig kunna simma 25 meter på både grunt och djupt vatten. Att kunna simma mer än bröstsim, i undersökningens fall rygg- respektive frisim, är något som eleverna på skola A har större färdigheter i, åtminstone när det gäller ryggsim. Det uppger 29 av 31 elever att de kan medan antalet på skola B är 18 av 27. Frisim behärskar 13 av 31 på skola A och 14 av 27 på skola B.

Att dyka från kanten är något som eleverna på skola B är klart bättre på, där endast 1 av 27 angivit att den inte kan detta. På skola A är det 22 av 31 elever som behärskar att dyka från kanten. Att hämta saker på 1 meters djup är något som är en färdighet där pojkarna på de båda skolorna är ungefär lika i kunnandet. Medan flickor på skola A klarar det fullt ut, medan på skola B är det en fjärdedel som inte kan. När det gäller att plocka upp saker från 4 meters djup behärskar alla pojkarna på skola B det medan endast 5 av 8 gör det på skola A. Även på denna punkt är flickorna på skola A bättre, 11 av 18 kan medan siffran på att skola B är 4 av 16.

4.4 Hur mår elever efter idrottslektionerna?

Efter observationspasset fick eleverna svara på den andra enkäten, där en av frågorna var hur eleverna mår efter en idrottslektion.

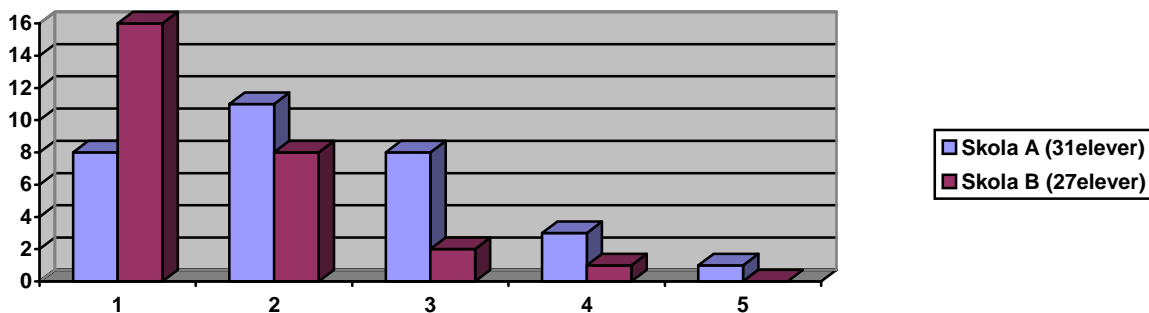


Diagram 4. Hur mår eleverna efter en idrottslektion. 1. Mycket bra, 2. Bra, 3. Varken eller, 4. Sådär, 5. Dåligt.

Fördelningen mellan de olika könen var jämn. Därför redovisas det totala antalet istället. Skola B:s elever mår enligt dem själva bättre efter en idrottslektion. I båda skolornas fall syns en övervägande fördel till att de mår bra.

4.5 Resultat av motorikobservationer

Här redovisas resultatet av den stationsbaserade motoriktesten, alltså observationsstudien. Resultatet som redovisas bygger på observationer gjorda av den ena författaren till uppsatsen.

4.5.1. Kasta och fånga

Utifrån observationsschemat för motoriktest sammanställdes elevernas kunskaper inom de utvalda områdena, balans, koordination samt kasta och fånga. Där kategoriserades eleverna in i tre olika kategorier, rytmiskt, orytmiskt och kan ej.

Här nedan redovisas hur eleverna på de båda skolorna klarade av banan där basketbollen skulle studsas runt.

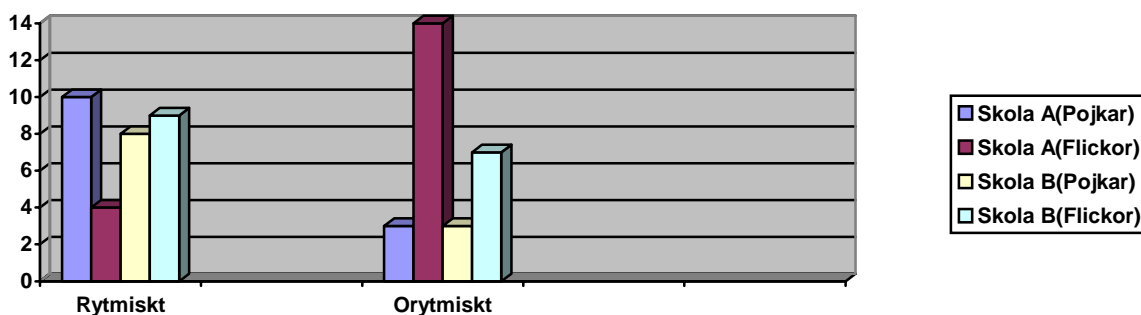


Diagram 5 Elevernas färdigheter i att studsas en boll. Staplarna är elever i antal.

Denna observation visar att eleverna på skola B på ett bättre sätt behärskar dessa färdigheter i jämförelse med elever på skola A. Skillnaden är störst mellan flickorna medan pojkarna fördelar sig mer jämt i förhållande till varandra. Att studsas basketbollen med sig samtidigt som man skulle ta sig igenom rep som var i rörelse, vidare gå på en bänk innan bollen skulle studsas i rockringar som låg på golvet. Som avslutning på banan skulle bollen studsas varannan sida om hopprep som låg på golvet. Kategorin "kan ej" redovisas inte därför det inte var några elever som hamnade i denna.

Att kasta upp bollen i luften, mot en vägg eller bara studsas den i golvet var moment som eleverna på de båda skolorna behärskade väl, de momenten ställde endast krav på att man höll koll på sig själv och sin boll. Det verkade lättare för eleverna jämfört med banan med basketbollar där det kom in andra inslag som krävde mer koordination.

4.5.2 Koordinationsmomentets resultat

Att gå kräftgång var ett moment under koordinationsstationen, eleverna förmåga till detta varierade på de olika skolorna. Detta redovisas nedan.

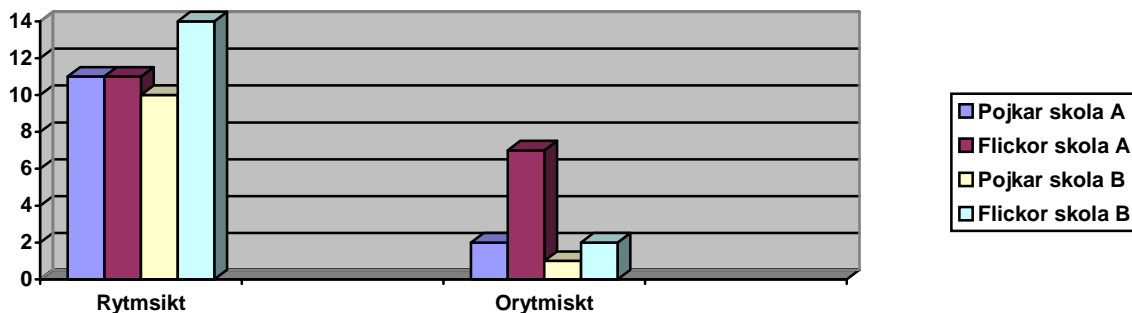


Diagram 6 Elevernas färdigheter i kräftgång. Observera att det totala antalet elever är större på skola A än skola B.

Övningen i att gå kräftgång visade tydligt på att skola B:s elever hade bättre färdigheter inom detta. Endast 3 utav 27 elever klarade inte av att gå kräftgång rytmsikt, medan detta antal för skola A var 9 av 31. Kategorin ”kan ej” redovisas inte därför det inte var några elever som hamnade i denna.

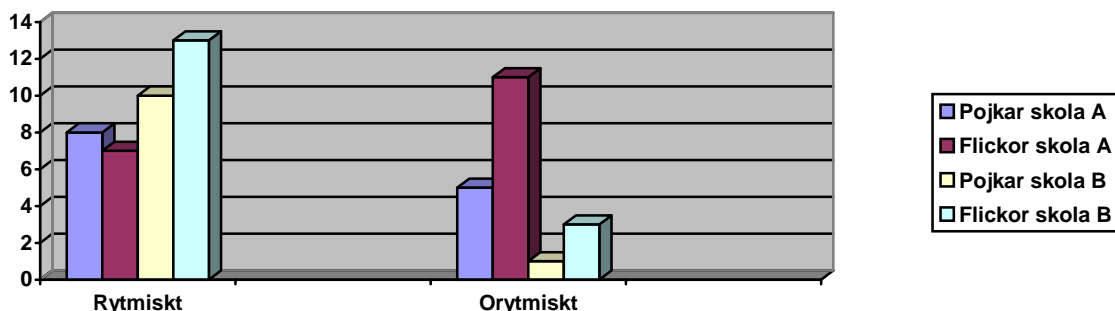


Diagram 7 Elevernas färdigheter i indiandans.

När det gäller indianhopp så syns det även här att skola B är bättre utvecklade än skola A. På Skola B är det hela 23 av 27 elever som behärskar indiandans rytmsikt, medan det endast är 25 av 31 på skola A som klarar det rytmsikt. Alla klarade av detta moment så därför hamnade ingen i kategorin ”kan ej”.

4.5.3 Elevernas balansfärdigheter

För eleverna på de båda skolor var det inga problem att gå på en upp och ner vänd bänk, detta klarade alla obehindrat. Bänkarna som var placerade mot ribbstolar gjorde att en flicka på skola A inte vågade, detta berodde inte på hennes kunnande inom balansområdet utan respekten för bänkens höjd.

Den vippande bänken klarade de allra flesta utan att stöta på några hinder, totalt sett var det 3 elever som inte ville gå på bänken. Överlag var det behärskat genomförande och man kunde balansera bänken bra, så att den inte slog över för hastigt. Det fanns respekt för denna övning och det gick även att se viss förväntan och tvekan inför bänken innan eleverna provat på.

5. Diskussion

Diskussionen redovisas i tre olika delar, först en metoddiskussion följt av en resultatdiskussion innan kapitlet avslutas med våra slutsatser.

5.1 Metoddiskussion

Valet att göra både en enkät- och observationsstudie gjordes för att de skulle komplettera varandra. Vissa saker kan inte eleverna själva värdera med hjälp av en enkät och några moment som står med i uppnåendemålen fanns det inte någon möjlighet att observera. För att få det allra bästa resultatet borde det kanske ha genomförts intervjuer som komplement till observationerna, detta för att då kan det ställas följdfrågor direkt och svaren blir direkta. Alltså att de kan förtydligas direkt av den intervjuade. Men att intervjua mellan 50 och 60 elever tar för lång tid, därför valdes det att göra en enkätstudie istället.

Att välja två skolor som redan var kända hade både sina för- och nackdelar. Den stora fördelen var att vi kände till miljön och visste hur idrottshallen såg ut. Men även att vi var kända ansikten för elever, vilket då inte krävde att de behövde lära känna några nya personer. En nackdel kan vara att vi hade en uppfattning redan innan om hur resultatet skulle gestalta sig.

De vanligaste frågorna som eleverna ställde under tiden de svarade på den första enkäten handlade om begreppet friluftsliv och vad det var. Vissa undrade även vad en idrottsförening var och om det även handlade om att spela ett instrument.

Vi har valt att inte redovisa frågan kring Allemansrätten, detta för att frågan inte gav några svar av värdet för uppsatsen

Att den andra enkäten besvarades i idrottshallen kan betecknas som en ovan miljö. De två avslutande frågorna har vi valt att inte redovisa då de inte gav något relevant för uppsatsen.

5.2 Resultatdiskussion

Att det fanns skillnader var något som upptäcktes då vi på de två skolorna gjorde våra VFU-perioder. Därför ville vi se hur pass stora dessa differenser var. Lpo94 och skolverket påpekar tydligt att alla barn har rätt till en utbildning som är likvärdig, enligt vårt resultat så kan inte de jämförda skolorna hävda att deras utbildningar är likvärdiga. Resultatet visar att eleverna som undervisas i idrott och hälsa av en lärare som saknar kompetens har kommit lika långt i sin utveckling av de motoriska färdigheterna.

Precis som Folkhälsoinstitutet (1997) och Ericsson (2005) menar vi att motoriken sätts på prov under hela dagen, därför är det viktigt med ett varierat rörelseschema under dagarna. Detta är något som kan påverkas i positiv riktning av ett mer varierat innehåll i den undervisning som eleverna får i ämnet idrott och hälsa. Detta är något som skola A inte uppnår och därför tror vi att eleverna på skola B har kommit längre i sin motoriska utveckling. Vidare anser vi det är viktigt att låta barnen leka på idrotten. Detta anser även Gabrielsson i Annerstedt (1995) är viktigt. Meningen med detta är att under lekar som utvecklas spontant och inte alltid kanske ses som pedagogiska kan barnen utveckla väldigt mycket motoriska färdigheter.

Att 45 av 58 elever i undersökningen är medlemmar i någon idrottsförening ser vi som positivt, inte minst med tanke på att det skapar dem en identitet i kamratskapen samt att det även kan stärka deras självkänsla (Redelius, 2002). Vår fråga handlade om idrottsföreningar, vad barn räknar som sådana kan vi bara spekulera i, det är möjligt att dem inte räknar till exempel scouterna. För även i scouterna är medlemmarna fysiskt aktiva något som kanske inte barnen tänker på.

Att det finns elever som säger sig må dåligt efter att de haft idrott och hälsalektioner kan bero på mycket, det behöver inte bero på själva ämnet eller undervisningen utan kan bero på andra saker runt om kring. Exempelvis är det så att de båda undersökta klasserna har idrott tidigt på morgonen, då kan man mycket väl ha slarvat med frukosten. Lpo94 menar att eleverna skall

känna till vad som är bra för deras hälsa och där har frukosten en stor betydelse. Detta är något som eleverna borde ha lärt sig när ämnet hälsa har behandlats.

Att nära hälften av eleverna vill ha mer idrott är positivt, som förespråkar för mer idrottsundervisningen i skolan vill man ju att alla ska vilja ha mer. Precis som Annerstedt (1990) menar vi att det då krävs att de som undervisar i idrott och hälsa tycker om barn och förstår deras tankar och behov. Att kunna planera en varierad och bra undervisning är även det ett viktigt krav på läraren. Detta är precis som Annerstedt (1995) anser något man ska behärska. Vidare menar han att en idrottslig bakgrund kan vara till en fördel. Detta håller vi absolut med om, för utan intresse och engagemang skapas ingen bra undervisning.

Karlefors (2002) och Högberg (1998) skriver om idrottslärarrollen i förändring, denna iakttagelse har vi också gjort under våra VFU-perioder. Kraven på att få med alla i undervisningen växer. Detta ser vi som svårt då det finns elever som tycker det är tråkigt och inte vill bjuda till ordentligt. Detta visar sig i vårt resultat när de som inte vill ha mer idrott svarar negativt till mer idrottsundervisning i skolan.

Eleverna anser sig behärska vatten och simning på ett bra sätt, det visar resultatet som säger att endast 1 av 58 elever inte anser sig kunna simma 25 meter på grunt vatten. Denna utbildning sker numera av badvakter som genomgått utbildning inom simning och hantering av nödsituationer. Att det är fler barn som inte kan hämta saker från botten eller dyka från kanten tror vi beror på respekten för vattnet samt begränsningar i vad man hinner med under simundervisningen. Wernerstens (2004) krav på vad eleverna bör kunna i vattnet är ett krav som vi känner är tufft, detta för att tiden inte är så stor till denna undervisning. Att simma är inget eleverna kan göra hur som helst på raster, fritid eller när det faller dem in. Det kräver vissa speciella förutsättningar. Med detta menar vi att motoriska färdigheter kan övas hela dagen och kräver absolut inte samma materiella förutsättningar.

Elevernas vanor efter skolan är för de båda skolorna ganska lika varandra. Detta är något som gör att idrott och hälsa undervisningen i skolan gör större inverkan på deras kunskaper och färdigheter. Detta visar för oss att läraren på skola B med kompetens inom ämnet skapar en bättre utbildning för eleverna där. Detta visar sig i att eleverna i vårt motoriska test har större färdigheter på skola B.

Balans är en färdighet som behövs för att behärska många andra moment i vardagen, precis som Langlo-Jagtöien m.fl. (2000) skriver, därför bör detta stimuleras och tränas mycket under idrottstimmarna. Precis om Eliasson (1998) skriver är det viktigt att alla som tänker undervisa i idrott och hälsa har goda kunskaper om balanssinnet och hur det stimuleras bäst.

Vårt motoriska test innehöll ett balansmoment, detta moment var enligt eleverna enkelt att genomföra. Vilket även resultatet visar då i stort sett alla behärskade det utan några som helst bekymmer. Vilket är oerhört viktigt för att kunna gå vidare i utvecklingen och skapas sig färdigheter inom andra områden.

Banan med basketboll, på motoriktestet visar att flickorna på skola A har stora svårigheter med att göra det rytmiskt, Ellneby (2003) menar att det är många faktorer som påverkar kunnandet inom området. Vi tror att mycket i detta fall ligger på läraren, har man inte gått igenom grunderna så att eleverna förstår vad man behöver tänka på och vilka faktorer som påverkar momentet så är det svårare att behärska det. Just momenten med öga-hand och öga-fot som Langlo-Jagtöien m.fl. (2000) menar är oerhört viktiga anser vi ha en stor betydelse för att kunna kasta samt fånga på ett rytmiskt sätt. Här tycker vi att Annerstedt (1990) har helt rätt då han efterlyser nytänkare, även om han skrev så för drygt 15 år sedan, så är det alltid på sin plats med nya idéer som utvecklar både elever och lärare i en positiv riktning.

Vi tycker i likhet med Annerstedt (1991) att läraren måste kunna förklara vägen till målet för eleverna. Detta kräver kompetens hos läraren. Man måste kunna motivera eleverna till att lära sig och klargöra nyttan med kunskapen, samt hur målet nås på ett så enkelt och riktigt sätt som möjligt. I momenten med att studsa bollar är det därför viktigt att visa hur man hanterar bollen samt teknik för det.

Eleverna på skola B visade tydligt under de motoriska testerna att det är bättre på de övningarna som krävde god koordination. Dem behärskade både kräftgång och indiandans på ett bättre och mer rytmiskt sätt, det kan bero på att dem får prova mycket, upptäcka och på så sätt utvecklas (Sandborgh-Holmdahl och Stening, 1993). Ericsson (2005) menar att koordination är en medfödd förmåga som utvecklas om den stimuleras, detta tyder i så fall på att eleverna på skola B får mer stimulans än de på skola A. Detta kan bero på innehållet i idrotten som är mer varierat och skapar möjligheter till att utvecklas på bättre sätt.

Det koordinativa momentet på testet har ett resultat som visar att det inte är så enkelt som eleverna tycker. Dessa övningar bör vara kända för alla, vilket dem också var, att kunnandet varierar är för oss ett tecken på att inte alla får samma grund att stå på och vet hur man ska göra momenten. Detta kräver att läraren som undervisar har kunskaper kring utvecklingen av barns motoriska förmåga samt kompetens att leda dem vidare.

5.3 Slutsatser

Det pågår diskussioner om fysisk aktivitet idag. Ofta handlar diskussionerna om att vi rör oss för lite och att idrottstimmarna i skolan minskar. Därför blir det extra viktigt att innehållet på det få timmar som barnen får i idrott och hälsa utnyttjas på ett bra sätt och leder till en god utveckling.

Det finns en skillnad mellan eleverna i de två jämförda klasser, eleverna i den klass som har en lärare med högre ämneskunskaper inom ämnet idrott och hälsa visar på ett bättre resultat i motoriska testerna. Det som gör denna klass bättre är att läraren ser på eleverna och deras utveckling med ett par vana ögon. Läraren har kunskaper om hur elevernas utveckling bör ske. Möjligheten att följa barnen från det att de börjar på skolan gör att man får en bättre möjlighet att utveckla eleverna i rätt riktning inom ämnet idrott och hälsa.

Att undervisa i endast ett ämne, i detta fall idrott och hälsa, gör att man får mer tid och större möjligheter att fördjupa sig i ämnets innehåll samt de mål som ska uppnås. Ur elevperspektiv kan man finna olika vägar till målet, samt skapa fler och varierade sätt att nå dit man siktar. Man skapar en utvecklingsstege som gradvis leder till målet, alltså ett mer individanpassat lärande. Därmed menas inte att varje lektion ska utformas utifrån varje enskild elev, utan att man under lektionerna kan röra sig i gruppen och ge de elever som behöver det en hjälpande hand eller några uppmuntrande ord. Det kan sammanfattas med att kompetens är viktigt, inte minst i ämnet idrott och hälsa.

6. Sammanfattning

Syftet med denna uppsats var att jämföra två femteklasser i ämnet idrott och hälsa, främst deras förutsättningar att nå uppnåendemålen beroende på om de undervisas av en lärare med kompetens i ämnet eller deras klasslärare. Det som undersöktes var elevernas inställning till, färdigheter i och kunskaper om ämnet idrott och hälsa.

Uppsatsens två problemformuleringar som arbetet utgick ifrån var:

- Vilken betydelse kan lärarens ämneskompetens ha för elevers möjlighet att uppnå målen i ämnet idrott och hälsa för skolår 5?
- Vilken betydelse har innehåll i undervisningen för elevers möjlighet att uppnå målen i ämnet idrott och hälsa för skolår 5?

Litteraturdelen behandlar först styrdokumentet och rätten till en likvärdig utbildning för alla, vidare skrivs det om motorik, främst de tre områden som valts att undersökas balans, koordination samt kasta och fånga. Idrottslärarens roll, elevernas simkunskaper samt barns fritid är också begrepp som tas upp i litteraturdelen..

Undersökningarna gjordes i form av både enkät- och observationsstudier, detta för att kunna komplettera varandra. Dessa undersökningar gjordes på två olika skolor i södra Sverige, där den ena klassen undervisades av sin klasslärare i ämnet idrott och hälsa medan den andra ha en lärare med kompetens i ämnet. 58 elever deltog i undersökningarna.

Resultatet redovisas i form av diagram, det visar att skolan med en lärare som har kompetens i ämnet har bättre utvecklade elever. Deras bättre färdigheter är främst inom det motoriska området.

De slutsatser som vi dragit är att det spelar roll för elevernas förutsättningar att lyckas vad för lärare eleverna har. En lärare med kompetens inom ämnet idrott och hälsa ger eleverna en bättre utbildning och har grepp om barns utveckling inom idrott och hälsa. För som lärare är

det alltid elevernas bästa som ska stå i centrum. Detta har vi blivit mer medvetna om under denna uppsatsens genomförande och ur de resultat som framkommit.

Källförteckning

Annerstedt, C. (1990) *Undervisa i idrott – idrottsämnets didaktik*. Lund: Studentlitteratur

Annerstedt, C. (1991) *Idrottslärarna och idrottsämnet. Utveckling, mål, kompetens – ett didaktiskt perspektiv*. ACTA Universitatis Gothoburgensis

Annerstedt, C (red.) (1995) *Idrottsdidaktisk reflektion*. Multicare Förlag AB

Denscombe, M. (1998) *Forskningshandboken – för småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna*. Lund: Studentlitteratur

Ellneby, Y. (2003) *Barns rätt att utvecklas*. Utbildningsradion

Ericsson, I. (2005) *Rör dig – lär dig. Motorik och inläring*. Malmö: Elanders Berlings AB

Folkhälsoinstitutet (1997) *Vårt behov av rörelse – En idéskrift om fysisk aktivitet och folkhälsa*. Förlagshuset Gothia AB

Karlefors, I. (2002) *Att samverka eller...? – Om idrottslärare och idrottsämnet i den svenska grundskolan*. Umeå Universitet

Langlo-Jagtöien, G., Hansen, K. & Annerstedt, C. (2000) *Motorik, lek och lärande*. Multicare Förlag AB

Patel, R. & Davidson, B. (2003) *Forskningsmetodikens grunder – Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur

Redelius, K. (2002) *Ledarna och barnidrotten – idrottsledarnas syn på idrott, barn och fostran*. HLS förlag

Sandborgh-Holmdahl, G. & Stening, B. (1993) *Inläring genom rörelse*. Arlöv: Berlings

Schmidt, R. & Wrisberg, C. (2001) *Idrottens rörelse lära – motorik och motorisk inlärning*. SISU idrottsböcker AB

Skolverket (2002) *Grundskolan – Kursplaner och betygskriterier*. Stockholm: Fritzes

Skolverket (2005) *Vad gör det för skillnad vad skolan gör – om skolors olikheter och deras betydelse för elevernas studieresultat*. Stockholm: Elanders Gotab

Säljö, R. (2005) *Lärande och kulturella redskap – Om lärande processer och det kollektiva minnet*. ScandBook

Tidskrift i gymnastik och idrott (TiG) Nummer 1/95. Eliasson Rune, *Balanssinnet är grunden för all motorisk aktivitet*.

Tidskrift i gymnastik och idrott (TiG). Nummer 8/96. Annerstedt Claes, *Vad karaktäriserar kompetenta lärare?*

Tidskrift i gymnastik och idrott (TiG) Nummer 8/98. Högberg Jan-Ola, *Idrottsämnet inför 2000-talet*

Tidskrift i gymnastik och idrott (TiG) Nummer 6/04. Wernersten Mona Lisa *Skolverkets simkunnighetsöversyn klar. Över 7000 elever i årskurs 5 kan inte simma*.

Utbildningsdepartementet (1998) *Läroplan för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet: Lpo94*. Stockholm: Fritzes

Wallin, B. (1996) *Idrotten blir* Skogs Grafiska AB

Wiking, S. & Lindström, J. (2005) *Idrott motion & hälsa*.: Liber AB

Internetlänkar

Skolverket, 2006, www.skolverket.se/sb/d/830/a/6345, hämtad 2006-12-15.

Bilaga 1

Enkät till klass 5

Hej!

Vi är två lärarstudenter, Henrik och Johan, från Högskolan Kristianstad. Där läser vi vår sista termin och skriver nu vårt examensarbete som skall handla om barn och idrottsundervisningen i skolan. Vi behöver er hjälp! vi vill undersöka era kunskaper om, färdigheter i och attityder till ämnet idrott och hälsa, och därför ber vi er svara frågorna i enkäten. Kryssa i det alternativ som stämmer överens med dig, några frågor kan besvaras med flera alternativ.

1.Kön?

- Pojke
- Flicka

2.Är du medlem i någon idrottsförening?

- Ja
- Nej

3.Hur kommer du vanligtvis till skolan?

- Cyklar
- Går
- Åker buss
- Åker bil

4.Hur lång tid tar det att komma till skolan?

5.Vad gör du för det mesta när du kommer hem från skolan?

| | Alltid | Ofta | Sällan |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> Leker med kompisar | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Sitter vid datorn | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Tittar på TV | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Sover | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Annat_____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

6.Vad tycker du om gympan i skolan?

- Mycket roligt
- Roligt
- Varken eller
- Tråkigt

7. Vad gör ni på era gympalektioner och hur ofta gör ni det?

(obs markera flera alternativ)

| | Alltid | Ofta | Sällan |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> Friluftsliv | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Orientering | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Fotboll | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Pingis | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Handboll | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Brännboll | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Tennis | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Badminton | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Åker skridskor | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Simmar | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Innebandy | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Uppvärmning till musik | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Dans | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Friidrott | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Rörelser till musik | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Redskapsbanor | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Teori | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Bollekar | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Konditionsträning | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Lekar | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Basket | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Redskapsgymnastik | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

8. Har ni någon gång i skolan pratat om vad som får dig att må bra?

Nej, hoppa då över fråga 9.

Ja

9. Om ja har ni pratat om något av följande:

Kost

Sömn

Motion

10. Frågor om simning:

Jag klarar av att simma 25 meter på grunt vatten:

Bra

Inte så bra

Inte alls

Jag klarar av att simma 25 meter på grunt och djupt vatten:

- Bra
- Inte så bra
- Inte alls

Jag kan simma mer än bröstsim till exempel:

- Ryggsim
- Frisim

Jag kan dyka från kanten:

- Bra
- Inte alls

Jag kan hämta saker från botten på 1 meters djup:

- Bra
- Inte alls

Jag kan hämta saker från botten på 4 meters djup:

- Bra
- Inte alls

11. Vet du något om Allemansrätten?

- Nej
- Ja

Om Ja skriv lite vad du kan?

Tack för hjälpen
Mvh Johan och Henrik

Enkät till klass 5 efter idrottspass

1. Tycker du gympan i skolan är rolig?

- Mycket
- Ganska
- Sådär
- Tråkig

2. Vill du ha mer idrottsundervisning i skolan?

- Ja
- Nej
- Vet inte

Varför tycker du så:

3. Hur mår du efter en idrottslektion i skolan?

- Mycket bra
- Bra
- Varken eller
- Sådär
- Dåligt

4. Hur tyckte du dagens övningar var?

- Mycket svåra
- Svåra
- Varken eller
- Lätta
- Mycket lätta

5. Är du nöjd med din prestation på dagens idrottslektion?

- Ja
- Nej

Motivera varför du tycker så:

| | Rytmiskt | Orytmiskt | Kan ej |
|----------------------------|----------|-----------|--------|
| Balans | | | |
| Gå på en bänk mot ribbstol | | | |
| Upp och nervänd bänk | | | |
| Vippande bänk | | | |
| Koordination | | | |
| Kräftgång | | | |
| Indiandans | | | |
| Klättervägg på ribbstolar | | | |
| Kasta/Fånga | | | |
| Studs i golvet | | | |
| Kasta mot vägg | | | |
| Fånga liten boll | | | |
| Fånga stor boll | | | |

| | |
|----------------|----|
| Elever: | |
| 1. | 5. |
| 2. | 6. |
| 3. | 7. |
| 4. | 8. |

Motorikbana

| | |
|--|---|
| <p>Studsas basketboll genom en bana.</p> <p>Hopprep på golvet, studsas varann gång på varannan sida.</p> <p>Rockringar, studsas i och gå samtidigt i ringen.</p> <p>Rep i rörelse, undvik kontakt.</p> <p>Bänk, studsas vid sidan och gå på bänken</p> | |
| <p>Kasta fånga stor boll. Väggen och kroppen som hjälpmedel Gummibollar i storlek mellan handboll och fotboll.</p> | <p>Koordination</p> <p>Kräftgång och indiandans</p> <p>Klättermotiv mot ribbstolar, "greppen" markerades med lekband.</p> |
| <p>Kasta och fånga liten boll. Väggen och kroppen som hjälpmedel Tennisbollar.</p> | <p>Balans.</p> <p>Bänk mot ribbstol, hög höjd</p> <p>Upp- och nervänd bänk</p> <p>Bänk mot ribbstol, lägre höjd</p> <p>Vippande bänk på pallplint</p> |

